



### 3 Puchar Polski Seniorów – Ogólnopolska Konsultacja Szkoleniowa COS/OPO Wałcz, 25-27.10.2019

#### **Cel:**

Sprawdzenie poziomu sprawności fizycznej zawodników – kandydatów do reprezentacji Polski na IO i inne zawody międzynarodowe w tym mistrzowskie międzynarodowe, które odbędą się w 2020 roku.

#### **Miejsce, termin, organizator:**

Zawody zostaną przeprowadzone w terminie **25-27.10.2019** r. w COS/OPO w Wałczu. Organizatorem zawodów jest Polski Związek Kajakowy.

#### **Uczestnictwo:**

W zawodach mogą uczestniczyć zawodnicy urodzeni w 2001 roku i starsi. Prawo startu mają tylko i wyłącznie zawodnicy zgłoszeni przez kluby, posiadający ważne licencje Polskiego Związku Kajakowego oraz aktualne badania sportowo-lekarskie.

#### **Konkurencje / Sprawdziany:**

##### **Kajakarki**

Indywidualne przejazdy K1 1000m x 2, bieg na dystansie 2000m.

Sobota, 26.10.2019 - przejazdy indywidualne w konkurencji K1 na dystansie 2x1000m, z przerwą pomiędzy przejazdami - 10 min.

Sobota, 26.10.2019 - sprawdzian biegowy na dystansie 2000 metrów.

Punktacja: 1 przejazd indywidualny, 2 przejazd indywidualny 1000m – suma czasów.

Punktacja: kajakarki, tabela nr 1

Miejsce Suma czasów z 2 x 1000 m (sp. ind)	Punkty	Miejsce 1 przejazd indywidualny na 1000 metrów	Punkty	Miejsce 2 przejazd indywidualny na 1000 metrów	Punkty	Suma punktów 1. (suma czasów) 2. 1 przejazd 3. 2 przejazd	Sprawdzian biegowy 50% punktów	Suma punktów z wody, biegu
1	27	1	27	1	27		13,5	
2	26	2	26	2	26		13	
3	25	3	25	3	25		12,5	
4	24	4	24	4	24		12	
5	23	5	23	5	23		11,5	
6	22	6	22	6	22		11	
7	21	7	21	7	21		10,5	
8	20	8	20	8	20		10	
9	19	9	19	9	19		9,5	
10	18	10	18	10	18		9	
11	17	11	17	11	17		8,5	
12	16	12	16	12	16		8	
13	15	13	15	13	15		7,5	
14	14	14	14	14	14		7	
15	13	15	13	15	13		6,5	
16	12	16	12	16	12		6	
17	11	17	11	17	11		5,5	

18	10	18	10	18	10		5	
19	9	19	9	19	9		4,5	
20	8	20	8	20	8		4	
21	7	21	7	21	7		3,5	
22	6	22	6	22	6		3	
23	5	23	5	23	5		2,5	
24	4	24	4	24	4		2	
25	3	25	3	25	3		1,5	
26	2	26	2	26	2		1	
27	1	27	1	27	1		0,5	

*Ilość przyznawanych punktów będzie modyfikowana w zależności od ilości startujących zawodniczek (np. przy 20 zawodniczkach, za 1 miejsce 20 pkt., itd.)*

### **Kanadyjkarki**

C1 500m

C1 200m

Sobota, 26.10.2019 - wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) i finały w konkurencji C1 na dystansie 200 metrów.

Niedziela, 27.10.2019 - wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) i finały w konkurencji C1 na dystansie 500 metrów.

Zawody 3 PP Seniorów będą traktowane jako wstępna kwalifikacja do reprezentacji narodowej kanadyjekarek – seniorki łącznie z U-23, w celu wyłonienia grupy zawodniczek, które zostaną objęte szkoleniem centralnym i będą uczestniczyć w programie przygotowań do startów międzynarodowych i imprez głównych międzynarodowych sezonu 2020.

Kwalifikacja dotyczy 6 miejsc, na które powołanych zostanie pierwszych 5 zawodniczek, wyłonionych według punktacji z rankingu (w tym zwyciężczynie z poszczególnych dystansów) z wyścigów finałowych w C1 na dystansach 200 m i 500 m (tab. nr 2) oraz szósta zawodniczka na wniosek trenera kadry narodowej. W przypadku konieczności dopasowania zawodniczek w osadzie C2, między innymi z uwagi na stronę, z której wiosłują, zawodniczka wnioskowana przez trenera musi zająć do siódmego miejsca w rankingu.

Punktacja: kanadyjkarki, tabela nr 2

Miejsce	Punkty za 200 m	Punkty za 500 m
1	18	18
2	17	17
3	16	16
4	15	15
5	14	14
6	13	13
7	12	12
8	11	11
9	10	10
10	9	9
11	8	8
12	7	7
13	6	6
14	5	5
15	4	4
16	3	3
17	2	2
18	1	1

*Ilość przyznawanych punktów będzie modyfikowana w zależności od ilości startujących zawodniczek (np. przy 20 zawodniczkach, za 1 miejsce 20 pkt., itd.)*

## **Kajakarze.**

K1 200m

K1 1000m

Sobota, 26.10.2019 - wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) i finały A, B, i C w konkurencji K1 na dystansie 200 metrów.

Niedziela, 27.10.2019 - wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) oraz finały A, B i C w konkurencji K1 na dystansie 1000 metrów.

Zawody 3 PP Seniorów będą traktowane jako wstępna kwalifikacja do reprezentacji narodowej kajakarzy - seniorzy łącznie z U-23, w celu wyłonienia grupy zawodników, którzy zostaną objęci szkoleniem centralnym i będą uczestniczyć w programie przygotowań do startów międzynarodowych i imprez głównych międzynarodowych sezonu 2020.

Kwalifikacja dotyczy 16 miejsc (w tym dla zawodników U-23), na które powołanych zostanie:

- pierwszy senior + do 6 zawodników U-23 w konkurencji K1 na dystansie 1000 m + dwa miejsca trenerskie.

- pierwszy senior + do 4 zawodników U-23 w konkurencji K1 na dystansie 200 m + dwa miejsca trenerskie.

W przypadku, kiedy powtórzą się ci sami zawodnicy w grupie kwalifikowanej na różnych dystansach, wówczas w ich miejsce zostaną powołani kolejni zawodnicy.

## **Kanadyjkarze**

C1 2000m

C1 250m

Przejazdy indywidualne w osadach C1 na dystansie 1 x 2000m i 1 x 250m - z przerwą pomiędzy przejazdami ok. 15-20 min.

Sprawdziany na ww. dystansach zostaną przeprowadzone w sobotę, 26 października 2019 roku. Szczegółowy program zostanie zamieszczony na stronie internetowej PZKaj, zostanie również przedstawiony na odprawie technicznej w dniu 25.10.2019 o godz 20.00.

Zawody 3 PP Seniorów będą traktowane jako wstępna kwalifikacja do reprezentacji narodowej kanadyjkarzy – seniorzy łącznie z U-23, w celu wyłonienia grupy zawodników, którzy zostaną objęci szkoleniem centralnym i będą uczestniczyć w programie przygotowań do startów międzynarodowych i imprez głównych międzynarodowych sezonu 2020. Kwalifikacja dotyczy 14 miejsc, na które powołanych zostanie pierwszych 12 zawodników wyłonionych według punktacji z rankingu (tab. nr 3) oraz 2 zawodników zakwalifikowanych na wniosek trenera kadry narodowej. Zawodnicy, z wyłonionej w ten sposób szerokiej grupy, będą powoływani na poszczególne akcje szkolenia centralnego. Liczba powoływanych zawodników uzależniona będzie od możliwości finansowych PZKaj, a przy powoływaniu do reprezentacji Polski na zawody międzynarodowe, również od liczby rozgrywanych konkurencji.

Punktacja / Ranking:

Suma czasów z przejazdów indywidualnych na dystansie 2000m i 250m

Punktacja kanadyjkarzy, tabela nr 3

Miejsce	Suma czasów 2000m + 250m	Punkty
1		27
2		26
3		25

4		24
5		23
6		22
7		21
8		20
9		19
10		18
11		17
12		16
13		15
14		14
15		13
16		12
17		11
18		10
19		9
20		8
21		7
22		6
23		5
24		4
25		3
26		2
27		1

**Uwaga:**

Wszyscy zawodnicy ubiegający się o kwalifikacje do grupy szkolenia centralnego i do reprezentacji Polski na imprezy międzynarodowe i mistrzowskie w 2020 roku, mają obowiązek uczestniczenia w ww. sprawdzianach.

**Zgłoszenia:**

Zgłoszenia imienne należy dokonać poprzez **system elektroniczny, który zostanie uruchomiony na stronie internetowej PZKaj. Ostateczny termin zgłoszeń upływa z dniem 14.10.2019 r.**

**Uwaga ! dodatkowe zgłoszenia na odprawie technicznej nie będą przyjmowane !**

Kierownicy ekip będą mogli odbierać program zawodów w dniu 25.10.2019 r. od godziny 18:00.

**Ramowy program:**

25.10.2019 r. (piątek)

**Godz. 20:00 odprawa techniczna.**

26.10.2019 r. (sobota)

- przejazdy indywidualne K1 kobiet na dystansie 1000 metrów (2x) (przerwa pomiędzy przejazdami - 10 minut);
- przejazdy indywidualne C1 mężczyzn na dystansie 2000m i 250m (przerwa pomiędzy przejazdami – ok. 15-20min.);
- wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) i finały w konkurencji K1 200m mężczyzn;
- wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) i finały w konkurencji C1 200m kobiet;
- sprawdzian biegowy na dystansie 2000 metrów – kobiety kajakarki.

27.10.2019 r. (niedziela)

- wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) i finały w konkurencji K1 1000m mężczyzn;
- wyścigi eliminacyjne (przedbiegi, półfinały) i finały w konkurencji C1 500m kobiet;

**UWAGA:**

**Ramowy program będzie uzależniony od ilości przysłanych zgłoszeń.**

**Szczegółowy – minutowy program konsultacji, zostanie opracowany na podstawie ilości zgłoszeń.**

**Oplaty:**

1. Za każdego zgłoszonego zawodnika (z listy w systemie elektronicznym) – 30,00 zł.

**Oplatę startową należy wpłacać na konto Polskiego Związku Kajakowego nr:  
53 1240 2034 1111 0000 0307 0530 - w nieprzekraczalnym terminie do **14.10.2019 r.****

**W tytule opłaty należy wpisać „3PPSeniorzy”**

2. Opłata regulaminowa za protest – 300,00 zł.

3. Opłata regulaminowa za odwołanie od decyzji, dot. protestu – 600,00 zł.

**Różne:**

Do udziału w wyścigach indywidualnych będą dopuszczone tylko zawodniczki i zawodnicy, posiadające numery osobiste. Numery będą wydawane kierownikom ekip od godz. 07:00 w sobotę, 26.10.2019. Numery należy zwrócić po zakończeniu „3PPSen.”. Koszt niezwróconego numeru wynosi 300,00zł (za każdy numer). W pozostałych wyścigach (eliminacyjnych i finałowych) obowiązują numery na łodziach zgodnie z Regulaminem PZKaj. Każda łódź biorąca udział w regatach musi posiadać urządzenia chroniące ją przed zatonięciem – musi być niezatapiałna. Podczas „3PPSen” będzie prowadzona kontrola sprzętu specjalistycznego w zakresie ciężaru i niezatapialności.

**Koszty zakwaterowania i wyżywienia pokrywają organizacje zgłaszające.**

**Koszt organizacji regat pokrywa Polski Związek Kajakowy.**

W sprawach nieujętych w niniejszej zapowiedzi stosuje się przepisy aktualnego „Regulaminu Wyścigów Kajakarstwa Klasycznego”.

**Uwaga:**

Zgodnie z pkt. 5.3.2 aktualnego regulaminu wyścigów kajakarstwa klasycznego – kierownicy ekip muszą dostarczyć oryginały podpisanych list zbiorczych (ze stosownym oświadczeniem) **PRZED ROZPOCZĘCIEM ODPRAWY TECHNICZNEJ**, pomimo wcześniejszego wysłania listy drogą elektroniczną.

Podczas regat będzie prowadzona kontrola licencji zawodników wraz z badaniami lekarskimi, w związku z tym, ww. dokumentacja **musi być również dostarczona przed rozpoczęciem odprawy technicznej, tj. do godz 20.00, w dniu 25.10.2019 (piątek).**